

TANSSIURHEILUSEURA OIKEA RYTMİ RY:N

HENKILÖIDEN HAASTATTELUT



Kuva: Tiina Kuusimäki

Tällä palstalla esittelemme seuramme toiminnassa mukana olevia henkilöitä. Esittelyvuorossa on tällä kertaa SM-mitaleita parinsa kanssa saavuttanut Sinikka Mikkola.

Kuka olet? Millaisissa seuratehtävissä toimit?

Olen Sinikka Mikkola ja tanssin puolisoni Eskon kanssa. Osallistun mielelläni kaikkiin seuran tapahtumiin ja myös esiintymisiin, jos se vuorotyöni puolesta vaan on mahdollista. Aikaisemmin olin mukana johtokunnassa varajäsenenä, mutta se jäi ajan puutteen vuoksi. Bailatinossa kävin vuosia ja pidän siitä edelleen, mutta terveyden vuoksi joudun karsimaan pois osan fyysisestä rasituksesta.

Koska olet aloittanut tanssiurheiluharrastuksen? Kerro harrastuksestasi.

Olemme tanssineet seuran perustamisesta lähtien (-95). Useamman vuoden ajan kävimme vain harjoituksissa, eikä ollut edes ajatusta lähteä kilpailemaan. Tiina se viimein sai meidät vakuutuneeksi, että kilpalattiallekin uskaltaa mennä. Vuodesta 2000 lähtien olemme kilpailleet enemmän tai vähemmän, aina elämäntilanteesta riippuen. Nykyisellään tanssi on keskeisin harrastuksemme.

Mikä on suosikkitanssisi?

Hidas valssi on aina ollut ehdoton suosikkini ja myös haastavin. Lattareissa ei ole yhtä suosikkia. Mieli muuttuu sen tanssin myötä, jossa omasta mielestä tulee edes vähän kehitystä.

Mitä tanssiurheilu on tuonut elämääsi?

Tanssi on antanut todella paljon. Uuden oppiminen on haasteellista ja omaan esiintymiseen on tullut varmuutta niin tanssissa kuin muillakin elämän alueilla. Sosiaalinen elämä pyörii tanssiystävien parissa, on ollut mahdollisuus tutustua upeisiin ihmisiin, niin lapsiin, nuoriin kuin vähän vartuneempiinkin. Kaiken tämän kylkiäisenä on tullut hyvä fyysinen kunto, kehon hallinta ja ryhtikin on parantunut. Tanssi tuo myös mielihyvää ja arki unohtuu harjoituksissa. Kaikin puolin terveelliset elämäntavat tulevat osaksi elämää. Parisuhteeseen tanssi on tuonut yhteisen mielekkään harrastuksen.

Kenelle tanssiurheilu sopii?

Tanssiurheilu ei katso ikää eikä sukupuolta. Toivottavasti moni löytää tämän kautta liikunnan iloa.

Viestisi tanssiurheiluharrastusta suunnitteleville.

Rohkeasti vaan mukaan!

Kysymys Markulta edellisestä haastattelusta:

Sinun ja parisuhteesi tanssin katsominen on nautittavaa. Miten ja kuinka paljon harjoittelette? Harjoitteletteko myös yksin?

Kilpailukautena harjoittelemme 3-4 kertaa viikossa ja jos aikaa ja energiaa riittää niin käymme saliilla useamminkin. Aikuisiällä joutuu kuuntelemaan kehoaan ja miettimään, että minkä verran se rasitusta kestää. Harjoituksissa pyrimme muistelemaan annettuja ohjeita ja saada sitä kautta

yhteinen tanssi sujumaan. Tiedän, että jokaisen pitäisi tanssia myös yksin, mutta se taito on minulla vielä kehityksen alla. Kesäisin ja joulun aikaan pidämme aina pidemmän tauon tanssista. Tauon jälkeen tanssi tuntuu taas entistä paremmalta.

Seuraavalle haastateltavalle Sinikka halusi esittää alla olevan kysymyksen:

Ehditkö koulutyön ohella harrastaa muuta ja miten tanssiurheilu on vaikuttanut sinun koulunkäyntiisi?

Sinikka nimesi seuraavan haastateltavan. Kukahhan se on? Se selviää ensi kuussa.